

Normalement, les patients qui ont subi une fracture de la hanche ne passent pas plus de 7 jours à l'hôpital.

Examens que vous pouvez vous attendre à passer pendant votre hospitalisation

- Radiographie – image de votre hanche qui permet aux médecins de planifier votre opération.
- Électrocardiogramme (ECG) – surveillance de l'activité de votre cœur au moyen d'électrodes collées sur votre poitrine.
- Vérification des signes vitaux – vérification régulière de votre température, de votre tension artérielle, de votre pouls et de votre taux d'oxygène sanguin.
- Prises de sang

Pendant que vous êtes ici, nous travaillerons ensemble à réparer votre hanche fracturée, à gérer votre douleur et à vous remettre en mouvement avant votre départ de l'hôpital.

Si vous avez des questions pendant votre séjour, n'hésitez pas à nous les poser!

Avant l'opération

- Vous recevrez des médicaments pour soulager la douleur. Si vous continuez à avoir mal, dites-le à un des membres de votre équipe de soins.
- On pourrait vous fournir des accessoires comme des bas spéciaux ou une alarme de chevet pour prévenir les chutes pendant votre hospitalisation.
- Il est interdit de boire ou de manger avant l'opération.
- On vous insérera un cathéter (tube) pour drainer l'urine.
- Votre chirurgien fixera l'heure de votre opération le plus tôt possible pendant la journée. On ne ménagera aucun effort pour assurer votre confort jusqu'à ce que vous subissiez l'opération.
- Avant l'opération, le chirurgien discutera de l'intervention avec vous et votre famille et il répondra à vos questions.
- Si possible, identifiez un membre de votre famille ou un proche aidant qui pourra vous soutenir pendant votre rétablissement et vous aider après votre sortie de l'hôpital.

Jour de l'opération

- On vous demandera d'enfiler une chemise d'hôpital. Enlevez tous vos bijoux ainsi que vos lunettes, vos dentiers et vos verres de contact avant l'opération et demandez à un membre de votre famille d'apporter vos objets de valeur à la maison.
- Une fois l'opération terminée, le chirurgien ira voir votre famille dans la salle d'attente de la salle d'opération pour lui donner des renseignements sur votre état.
- Après l'opération, on vous transférera à la salle de réveil; vous retournerez à votre chambre une fois que vous serez complètement réveillé.
- L'incision sur votre hanche sera refermée au moyen d'agrafes ou de pinces métalliques et recouverte d'un pansement.
- Vous pouvez prendre votre douche et vous laver avec un savon doux, mais ne vous trempez pas dans une baignoire. Séchez l'incision en la tapotant avec une serviette.

Jours 1 et 2 après l'opération

- La gestion de la douleur est essentielle à votre rétablissement et vous permettra de bouger et de sortir du lit. Si la douleur n'est pas maîtrisée, faites-le savoir à votre équipe de soins.
- Votre équipe de soins vous le dira quand vous pouvez recommencer à manger normalement.
- L'activité physique est un élément important de votre rétablissement et nous vous encourageons à en faire le plus possible, p. ex. vous asseoir au bord du lit ou marcher un peu en vous appuyant sur une marchette.
- Un physiothérapeute vous montrera à vous déplacer de façon sécuritaire et vous enseignera des exercices que vous pouvez faire au lit pour vous aider à reprendre vos forces et à éviter la raideur et la faiblesse.
- On vous encouragera à faire des respirations profondes, à tousser et à bouger le pied et les orteils de bas en haut toutes les heures. Ces exercices vous aideront à prévenir les complications.
- Vous pourriez avoir à acheter ou à louer des appareils et accessoires comme une marchette, un banc pour la baignoire ou un siège de toilette surélevé pour vous aider à accomplir vos activités quotidiennes chez vous après votre sortie de l'hôpital. Votre équipe de soins vous donnera plus de renseignements à ce sujet.

Jours 3 et 4 après l'opération

- Travaillez avec votre équipe de soins à augmenter le niveau d'activité que vous pouvez accomplir en toute sécurité pendant votre hospitalisation.
- Vous aurez peut-être à réapprendre à vous habiller et à vous laver. Si vous avez des questions, posez-les à votre équipe de soins.
- Vous pourrez peut-être sortir du lit avec de l'aide. Si possible, utilisez la marchette pour aller aux toilettes et vous promener dans le corridor.
- Tâchez de prendre tous vos repas assis dans un fauteuil.
- Un de nos partenaires communautaires pourrait venir vous voir avant votre départ pour discuter de l'aide dont vous aurez besoin et de la meilleure façon de l'obtenir.

Jour 5 après l'opération – Congé

- Passez en revue votre plan de mise en congé avec un des membres de votre équipe de soins. Assurez-vous de comprendre les prochaines étapes et discutez de vos préoccupations ou de vos questions.
- L'élément le plus important de votre rétablissement, c'est l'activité physique. Faites de courtes marches pour améliorer votre force musculaire et votre endurance. Si vous vous sentez faible ou fatigué, reposez-vous, mais ne restez pas assis ou étendu trop longtemps.
- Prenez un rendez-vous avec votre médecin de famille et votre chirurgien peu après votre sortie de l'hôpital. Le chirurgien enlèvera les agrafes ou les pinces métalliques.